

# S016 彰化縣線西鄉線西國小 114學年度第二學期第9週食譜設計

菜單組成 材料用量

日期	主食	主菜	副菜	副菜	副菜	湯	水果	營養分析			
月 日 星期 一											
餐數											
4月7日 星期二	白米飯	超Q嫩豬腳 豬腳丁*米迪M 36 Kg 前腿肉丁*米迪M 21 Kg 青蔥(切段) 0.3 Kg 蒜仁 0.2 Kg 薑片 0.2 Kg	丁香豆干(336) 豆干片*榮洲L 45 Kg 小魚干(KG*) 3 Kg 青蔥(珠) 0.3 Kg 蒜末 0.3 Kg 紅辣椒 0.2 Kg	日月潭茶香蛋(32) 白煮蛋(去殼*個) 620 個 白煮蛋(去殼)備品 30 個 紅茶(600g)菊元 1 包	炒有機青松菜 有機青松菜(切段*款) 50 Kg 蒜末 0.6 Kg	針菇肉絲 湯 金針菇 15 Kg 前腿肉絲*米迪M 9 Kg 胡蘿蔔 2 Kg 青蔥(珠) 0.3 Kg		醣類： 81 g 脂肪： 42 g 蛋白質： 52.5 g 熱量： 912大卡	全穀雜糧類 豆魚蛋肉類 蔬菜類 油脂類 水果類 乳品類	5.0 5.9 1.2 2.5 0.0 0.0	
餐數	617										
4月8日 星期三	紫米飯	沙茶豚肉 前腿肉片*米迪M 42 Kg 高麗菜(切片) 12 Kg 洋蔥(切絲) 6 Kg 胡蘿蔔(切絲) 2 Kg 沙茶醬(3K/罐) 1 罐 青蔥(珠) 0.6 Kg	麥克雞塊(炸/加) 麥克雞塊(個) 1240 個 麥克雞塊(個)備品 60 個	日式柴香蒸蛋 雞蛋(kg)G 40 Kg 素食高湯(3K*品高) 3 桶 蒸蛋紙(50張*包) 1.02 包 柴魚片(600g/包) 1 包	履歷青江菜 履歷青江菜(切段) 50 Kg 蒜末 0.5 Kg	味噌豆腐湯(72) 粗豆腐(小丁4.5K*狂興) 6 盤 味噌(3K*盒) 1 盒 青蔥(珠) 0.3 Kg		醣類： 14 g 脂肪： 34 g 蛋白質： 32.3 g 熱量： 491.2大卡	全穀雜糧類 豆魚蛋肉類 蔬菜類 油脂類 水果類 乳品類	0.6 4.3 1.0 2.5 0.0 0.0	
餐數	617										
4月9日 星期四	糙米飯	紅燒魚丁 鯊魚(切丁*Q) 100 Kg 洋蔥(中丁) 10 Kg 青蔥(切段) 0.3 Kg 薑絲 0.3 Kg	沙茶魷魚翅 大白菜(切片) 50 Kg 水發魷魚 12 Kg 金針菇 3 Kg 胡蘿蔔(切片) 1.2 Kg 青蔥(珠) 0.5 Kg 沙茶醬(3K/罐) 0.25 罐	田園四色 馬鈴薯(中丁) 33 Kg 洋蔥(中丁) 12 Kg 豬絞肉(絞肉*米迪)M 9 Kg 胡蘿蔔(中丁) 6 Kg	履歷油菜(78) 履歷油菜(切段) 50 Kg 蒜末 0.5 Kg	冬瓜豚骨湯 冬瓜(中丁) 24 Kg 龍骨丁*米迪M 6 Kg 薑片 0.3 Kg	履歷豆奶(中央)	醣類： 109.5 g 脂肪： 34 g 蛋白質： 45.5 g 熱量： 926大卡	全穀雜糧類 豆魚蛋肉類 蔬菜類 油脂類 水果類 乳品類	6.5 4.3 2.4 2.5 0.0 0.0	
餐數	617										
4月10日 星期五	糙米飯(自備)	香滷雞翅 雞翅(Q)醃 650 支 雞翅(Q)醃備 30 支	紅蘿蔔炒蛋 雞蛋(kg)G 35 Kg 胡蘿蔔(切絲) 16 Kg 青蔥(珠) 0.5 Kg	嫩炒海帶根 海帶根 30 Kg 前腿肉絲*米迪M 6 Kg 薑絲 0.5 Kg 紅辣椒 0.3 Kg	炒高麗菜 高麗菜(切片) 50 Kg 胡蘿蔔(切片) 1.2 Kg 蒜末 0.5 Kg	消暑綠豆湯 綠豆O 20 Kg 二砂糖(1Kg*包) 15 包		醣類： 128 g 脂肪： 28.5 g 蛋白質： 40 g 熱量： 928.5大卡	全穀雜糧類 豆魚蛋肉類 蔬菜類 油脂類 水果類 乳品類	8.0 3.2 1.6 2.5 0.0 0.0	
餐數	617										

豐成食品工廠 電話：04-8613339 傳真：04-8613336

2026/3/31

※本週使用豬肉及豬可食部位原料原產地皆為台灣

※本產品含有易引起過敏之食物，如：甲殼類、魚類、芒果、堅果類、芝麻、花生、牛奶、羊奶、蛋、含麩質之穀物、大豆、使用亞硫酸鹽類等及其製不適合對其果敏體質者食用。

營養師：

午餐執秘：

校長：